

バースデー・ブリスのマンゴーを探る

あなたはどこから来たのですか？

ある夏、私の友人のゲリーが——彼はシッダ・ヨーガの信奉者ではありませんでしたが——シュリー・ムクターナンダー・アーシュラムを訪れ、グルマーイが通り掛かった時、偶然ロビーに座っていました。グルマーイは立ち止まり、彼を見ました。

「あなたはどこから来たのですか？」と、グルマーイが尋ねました。彼女はほんの一瞬だけ動きを止め、それから彼が答える前に歩き去りました。

数日後、ゲリーはアーシュラムを去り学校に戻っても、グルマーイの言葉を思っていました。「あなたはどこから来たのですか？」

ゲリーの父親は彼が幼い時に亡くなり、何年もの間、彼は父の親族と疎遠になっていました。「あなたはどこから来たのですか？」という質問がゲリーの頭の中で響き続け、彼は父の親族を探そうと決めました。ゲリーはどこを探せばいいのか全く分からなかったので、インターネットで検索することから始めました。彼は記憶の奥で一人の叔母の名前を覚えていました。父の妹です。ネットで彼女を調べたところ、なんとびっくり、彼女の名前が載ったある名簿を見つけたのです。さらに驚くべきことに、その住所は歩いて行ける距離でした！そこで、ゲリーは叔母の家に歩いて行ってみました。

彼は、追い払われるのではないかという幾ばくかの不安を感じていました。ドアをノックすると中年の女性が応えたので、ゲリーは言いました。「こんにちは。僕はあなたのお兄さんの息子です」。彼は拒絶されるのではと硬くなっていました。ところが、叔母は両腕をさっと広げ、彼が倒れんばかりの力で彼を抱き締めました。彼女は言いました。「ああ、神様！何てことでしょう！私たちはずっとあなたを探していたのよ！あなたはどこにいたの？」

家の中には、至る所にゲリーが幼かった時の写真がありました。話しながら、彼女は泣きました——そしてゲリーも。

「どうやって私たちを見つけたの？」と、彼女が尋ねました。

彼は話しました。「グルマーイというインドのグルにどこから来たのかと尋ねられ、それで探し始めたことが、私をここに連れてきたのです」

叔母は立ち上がり、部屋から出て、CD を持って戻って来ました。彼女は畏敬の念を込めた声で説明しました。この CD はグルマーイがオーム・ナマー・シヴァーヤというマントラをチャンティングしているもので、友人からもらったものだ。

「私はこれをたくさん聞いているの」と、彼女は言いました。「私を癒してくれるのよ」

グルマーイの一見単純な質問——あなたはどこから来たのですか？——が、ゲリーの人生を永遠に変えたのです。

最高よりさらに高く、常に至福を受け、
純粋な水晶のように輝きながら心の中心に座しているグルは、
瞑想されるべきである。

「シュリー・グル・ギター」第 113 節

私は常に、至福であり、歡喜を放ち、朗らかなグルに、頭(こうべ)を垂れる。
グルの本質は知識であり、グルは自分自身の大いなる自己に気づいている。
グルはヨーギの中で最高で、魅力的である。
グルは世俗の病を治す医者である。

「シュリー・グル・ギター」第 93 節

今、私は奇跡に気づく

親愛なるグルマーイ

シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムでの奇跡と変容の週をありがとうございます！ 私は娘と一緒にミシガン州アンアーバーから来ました。そしてこの体験は私たち二人にとって深遠なものでした。アンアーバーへ戻る旅の途中、私たちの美しい体験について、どうしたら本当にアーシュラムを家に持ち帰れるだろうかと、5時間休み無しに語り合いました。

翌朝、犬を庭に出すために外に出た時、早朝の光に輝く我が家の木々の美しさに気づき、涙があふれました。私はいかに無意識のまま、自分を取り巻く奇跡に気づくこと無く、自分の人生を通過できてしまうのかに気づきました。家に戻って以来、そのようなたくさんの小さな気づきの瞬間がありました。明らかに、アーシュラムでの時間が私の内側の深い部分を変えたのです。アーシュラムを訪れる前は不安と緊張を感じていました。訪れた後は、私は心を覆っていたほこりの山から突然自由になったように感じました。

妻と私は今、毎日 30 分以上シッダ・ヨーガの実践のための時間を取っています。これがアーシュラムでの時間に敬意を払い、アーシュラムを真に家に持ち帰る一つの方法であることを知っています。

私を故郷に、私の最も深い大いなる自己に連れて来てくださったことに、何度も何度も感謝します。

深い感謝と愛を込めて

米国ミシガン州のシッダ・ヨーギ

その実在により世界が存在し、その光により世界が照らされ、
そしてその喜びにより人々が喜びに満ちるシュリーグルに敬意を表する。

「シュリー・グル・ギター」第 36 節

アーナndersee・ドーヒー

音声録音

グルマーイ・チッドヴィラーサーナンダによる作曲と歌

Copyright© 1997 SYDA Foundation®. 著作権所有。

再生時間: 2分 56 秒

あふれんばかりの至福の中
波が次々と押し寄せて来る、
この波もまた、至福以外の何ものでもない、
なぜなら至福とは
この至福を感じる身体の粒子一つ一つの本質だから。

これが私の境地だ。
この至福をどうやって言葉で表すことができるだろう？
内側の喜びが私を完全に夢中にさせるので
五感を通じて
外側の世界に幸せを求めようなど
全く想像もできない。

ちょうど子どもが
まだ母の胎内にいる時、
その子の欲求が母に投影され
それが母の欲求となるように、

トゥカーラムは言う、

これと同じく、
この至福は私の存在にあまねく投影され、
私の口に上ることは何であれ
この至福の体験を表すものだと。

鏡の中に水晶の像が見えるように、大いなる意識である至福は
大いなる自己に映し出され、
「まさに、私はそれである」という気づきが起こる。

「シュリー・グル・ギター」第 114 節

若い信奉者たちのグルマーイへの愛の表現

2枚の絵:



グルマーイは僕のこと大好きなんだ

親愛なるグルマーイ

あなたのようなグルと共にシッダ・ヨーガの道にあること、あなたのようなグルの指導の下にシッダ・ヨーガの生徒であることは、黄金の心を培うことです。そして黄金の心を持つことは、生きる上で最も美しく純粋なことであると、私は知っています。ありがとうございます。

ある日あなたは、当時4歳だった私の息子に1箱のクッキーを持っていくようにと言いました。私にどれかを選ぶように言いました。あなたは部屋を出る時に言いました。「私はいつも、あなたの息子のことを考えていますよ」。歩きながら続けて言いました。「なぜなら私は彼が好きですから」。そして、私の方を振り向いてほほ笑みながら聞きました。「あなたは彼が好きですか？」

私はこのことについて考え、そして、息子を心から愛していたにもかかわらず、時として彼を好きであるという筋力を働かせていなかったことに気づきました。◎ その考えに至るや否や、息子への大きな愛が心を満たし始めました。それから数日後、彼が親戚の所から帰ってきた時、彼がどんなに愛らしいか信じられないくらいでした！ 本当に彼が大好きでした！ 私は、彼を好きであることに大変な喜びと楽しさ、そして、さらにより大きな愛を体験しました。😊 そして、息子はとても積極的に応えてくれたのです！ 息子に愛情を示すことは、心を開いて生きることへの、世界をより神の意図するままに見て体験することへの扉を開けるのだと、私は気づきました。

親愛なるグルマーイ、たくさんの目に見える、そして目に見えない方法で、導きと愛を与えてくださり、ありがとうございます。

大いなる愛と感謝を込めて

ドイツ、デッゲンドルフのシッダ・ヨーギ

追伸:私が息子にクッキーをあげた時、彼があなたからクッキーを受け取る時にいつもするように、彼は言いました。「グルマーイは一晩中起きて、僕のためにクッキーを焼いてくれたんだよ。だってグルマーイは、僕のことを大好きなんだから」

自信！

親愛なるグルマーイ

若者のためのトレーニングを始めてくださり、ありがとうございました。私は SYDA ファウンデーションが行っていることすべてを本当に正しく理解するようになりました。ファウンデーションについてとても多くのことを学び、「シッダ・ヨーガ・ミッション(使命)・ブリーフィング(説明会)」の勉強をするこの機会を得たことに感謝しています。

私は参加者が取り組んだ多くの討論やロールプレーが好きでした。それは説明会の内容を十分に理解し明確にする助けになりました。このトレーニングの目的は達成されました。

カンザスシティの自宅に帰って、新しく学び理解したことを即座に毎日の生活に取り入れたことがどれほどワクワクするものとなっているか、お伝えしたいと思います。私は初めて自信を持って、シッダ・ヨーギではないとても仲の良い友人に、シッダ・ヨーガの道が私にとってどのようなものかをはっきりと伝えることができました。それだけではなく、私たちは非常に興味深い、引き込まれる会話を重ね、その夜の終わりまでには、彼女はあなたの本の1冊、『The Yoga of Discipline 規律のヨーガ』を貸して欲しいと言いました。彼女はシッダ・ヨーガの教えについて私が彼女に話したことに、とても興味をそそられたようです。

人生は本当に素晴らしく、私のそれは、どんどん良くなり続けています！ ありがとうございます！

常なる愛を込めて

米国のシッダ・ヨーギ

ブラフマンの至福であり、最高の喜びを授ける者であるサッドグルに頭を垂れる。

グルは絶対である。知識が人間の形となって現れている。グルは二元性を超越し、空のように遍在し、偉大なウパニシャッドの確)の客体、「汝(なんじ)はそれである」である。

グルは一つである。グルは永遠である。グルは純粹である。

グルは揺るぎない。グルはすべての思考の目撃者である。

マインドと体のすべての変容を超越し、三つのグナから自由である。

「シュリー・グル・ギター」第 89 節

幸せの鈴

親愛なるグルマーイ

11 年前のあなたの誕生日に、あなたは皆に「幸せの鈴」を贈りました。それが私の人生にとって何年もの間、どんなに大切であったかをお伝えしたいと思います。

思い起こせば、あなたはスワミ・ヴァースデーヴァーナンダに、どのようにこの鈴を使うかを私たちに教えるように言いました。彼は、「これを鳴らして、マントラを言って、そして願いや祈りをささげてください」と言いました。私はこれを 11 年間、ほとんど毎日しています。鈴は私のプージャーの上に置いてあり、いまだにしっかりとした黄色のリボンが結んであって、私はそれを、毎朝の実践の一部として鳴らしています。

数年の間は、鈴を鳴らす時に願いや祈りをささげました。それから、あなたが私たちに意図を決めなさいと教えて以来、意図にはっきりと集中して鈴を鳴らすようにしました。毎日の具体的な意図を決めたのです。それから数年は、目を閉じて言いました。「私の今日の願いは、グルの…です」。その日に思い浮かんだあなたの特定の性質——グルのビジョン、グルの思いやり、グルの明晰(めいせき)さ、グルの笑い、など——を願ったのです。

心の底から、あなたの恩恵の奇跡に感謝します。そして、もう一つの誕生日——6月 24 日は私の誕生日でもあるので、私たち両者の誕生日——が近づき、私は深く感謝し、あなたのみ足に頭を下げます。

常に愛と献身を込めて

米国ニューヨーク州のシッダ・ヨーギ

アーヴァダリー・グルマーイ

音声録音

シャーンバヴィー・クリスチャンによる歌
Copyright© 1995 SYDA Foundation®. 著作権所有。

再生時間: 1分 58 秒

私はグルマーイを心の底から崇拝します。

金銭やさまざまな富を求めて一生を費やすのは

無意味のように思えます。

マインドの問題や感情に悩むことさえ

時間の無駄です。

神の名を思い続け

それに没頭することの方が

どれほど良いでしょう。

これだけが唯一の救済であることを

私は確信しています。

聖人たちと共にあること無くしては、

人が世俗の大海を渡る

すべはありません。

それゆえに、私のマインドは彼らにこんなにも引き付けられるのです。

トゥカデーダースは一つのことを確信しています。

グルに出会うこと無くしては、

誰にも望みは無いのです。

トゥカデャーダース

動物王国からのあいさつ

数年前、ワシントン州シアトルでの教えの旅の時のこと、1羽のカモメがグルマーイの部屋の窓を毎日訪れ、ガラスをコツコツたたいてあいさつしていきました。グルマーイの行く所どこでも、動物王国のメンバーがグルマーイにあいさつします。グルマーイが散歩の途中で出合った人懐こい犬が、その後毎日戻って来て、グルマーイの部屋の扉のそばでグルマーイを忠実に待っていることもあります。時には、自分の友だちを1匹、2匹伴って。

オーストラリアのシドニーでは、グルマーイが何度か行った教えの旅のうちの一つで、ある朝、かわいい小さなオカメインコが朝食を求めて窓に飛びこんで来ました。残りのシドニー滞在期間中、その小さな鳥はグルマーイの宿に住みました。グルマーイの肩に止まり、彼女のために歌うことが大のお気に入りでした。

グルには目が二つある。グルは白い衣服をまとっている。白いペーストを塗り、
白い花輪と真珠で飾られている。グルは喜びに満ちている。
グルは優しくほほ笑んでいる。グルは豊かな恩恵の宝庫である。
神聖なシャクティはグルの左膝の上に座している。

「シュリー・グル・ギター」第 92 節

あなたと共に私は動いています

言葉が添えられた絵：



米国ニューヨーク州のシッダ・ヨーギ

あなたが踊る様子

親愛なるグルマーイ

グルマーイ、2011 年の大みそかのこの夜に、私たちと共に歌い、踊ってくださり、ありがとうございます。

グルマーイ、あなたはとても美しいです。とても優雅に、気楽に、独創的にあなたが動き踊るのを見ることは、どんなプロのダンスパフォーマンスを見るよりも素晴らしいです。なぜなら、私の敬愛するあなたは、宇宙の神聖な踊りを踊るからです。ありがとうございます。

変わらぬ愛を込めて

米国ニューヨーク州のシッダ・ヨーギ

あなたの心を掃きなさい

親愛なるグルマーイ

日曜日の朝、あなたは、シュリー・ムクターナンダ・アーシュラムのあらゆる場所を清潔に保つことの重要性について話しました。外見の清潔さ以上の清潔を保つべきだと言いました。このことについて熟考すると、もっと納得がいくようになりました。もし掃除の背後にある意図

が表面的な印象をはるかに超えるものだとしたら、なぜ人が通常見る場所だけを掃除するのでしょうか？

あなたの話の数時間後に、私はあなたの命令を直接実行することのできる幸運を得ました。アヌグラハの瞑想ケープのそばにある二つの収納場所を、他の2人のシッダ・ヨーギと共に掃除して、その午後を過ごしました。磨き、掃き、モップをかけ、掃除機をかけ、壁を洗い、クモたちも引っ越しさせました。

2時間という短い時間で、私たち3人は二つの部屋を、陰気で、空気のだよんだ、ほこりの積もった場所から、開放され、清潔で、人を引き付ける場所へと、すっかり変えることができました。部屋を掃除するという課題は、難しくも退屈でもありませんでした。「ほうきを持って、あなたの心を掃きなさい」というバーバの教えを熟考しているかのように感じられました。グルマーイ、あなたは、私たちの内側にある偉大さや光り輝く性質がはっきり現れるように、私たちに常に教えています。

あなたの教えすべてに感謝します、グルマーイ。
お誕生日おめでとうございます！

あなたを愛しています
米国ニューヨーク州のシッダ・ヨーギ

グルの神聖な一瞥(いちべつ)が、永遠に私の上にとどまりますように。
それは全世界を創造する。それはすべての滋養をもたらす。
それはすべての神聖な教典の観点を持つ。それは富を無用なものだと見なす。
それは欠点を取り除く。それは絶対なる者に焦点を当て続ける。
それは世界を構成する三つのグナの最高の支配者である。その唯一の目的は、他の人々を解放の道へ導くことである。それは全世界の舞台を支える心柱である。
それは慈悲のネクターを降り注ぐ。それはすべてのタットワ、創造の原理の集まりである。
それはすべての時間を創造する。それはサッチダーナンダである。

「シュリー・グル・ギター」第 59・60 節

ブラフマンであり、永遠で純粋なグルに頭を垂れる。グルは知覚を超え、
形がなく、汚れがない。グルは永遠の知識であり、
大いなる意識、そして至福である。

「シュリー・グル・ギター」第 90 節

自然の大聖堂

グルマーイは教えの旅を何度かメキシコで行いましたが、そのうちの一つの旅の間、メキシコの信奉者が、クエルナバカの近くにある古代アステカ巡礼地であるテポステコを訪れるようグルマーイを誘いました。テポステコの神殿は、山の側面にある台地の上に建っていて、森を通り抜ける非常に険しく狭い道を登ってのみ、たどり着くことができます。

多くの信奉者たちは、神殿に到着した時に彼女を迎えるために、グルマーイより先に向かいました。グルマーイが頂上への道を登っていくと、彼女には、遠くに、崖の端からのぞき込んで彼女が登ってくるのを見ている信奉者たちの顔が見えました。グルマーイは、彼らに向かって、「オーム・ナマー・シヴァーヤ」と歌い始めました。信奉者たちは喜んで、「オーム・ナマー・シヴァーヤ」と応答しました。マントラの音を聞いて、グルマーイの前を歩いていた信奉者たちは、オーム・ナマー・シヴァーヤを小さな紙片に書いて、グルマーイや他の登山者たちがそれらを見つけられるように、葉っぱのように木の上に置いていきました。間もなく、オーム・ナマー・シヴァーヤの呼び掛けと応答が、グルから弟子へと、山腹の上へ下へとこだまして、自然の緑豊かな大聖堂の中、壮大なチャンティングがその空気を満たしました。

メキシコのシッダ・ヨーギ

月に聞いてごらん

マハーラーシュトラ州ターネーに住む夫婦が、セーヴァーをささげるために、グルデーヴ・シッダ・ピートウを何度も訪れていました。彼らの5歳になる息子もいつも一緒にアーシュラムにやって来ました。

ある日、この男の子はグルマーイと話をしていました。そして、「あなたと一緒にいない時に、あなたに聞きたいことが出てきたら、どうすればいいですか?」と言いました。

グルマーイは答えました。「そうしたら、ただ月を見に行って、私に質問をすれば、それが私に聞こえるでしょう」。すぐ後のある夜、男の子が家にいる時、グルマーイと話したいと母親に言いました。母親は、「グルマーイがあなたに言ったことを覚えている?」と言いました。

彼はうなずき、外に出て月を見上げました。そのすぐ後、家の中で電話が鳴りました。母親が電話に出ると、グルマーイの声が聞こえました。

グルマーイは、「質問が聞こえたあなたの息子に伝えてください」と言いました。

インド、ターネーのシッダ・ヨーギ

オーム

写真：



ありがとう！

ゲルデーヴ・シッダ・ピートウの中庭を訪れ
そして
バースデー・ブリス(誕生日の至福)のマンゴーを味わってくれて
ありがとうございます。



© 2021 SYDA Foundation®. 著作権所有。